

Schuilplaats

September 2013, nr. 3

Perspectief

In dit nummer:

- Pesten beschadigt alle betrokkenen
- Tips en adviezen
- Meditatief: Het spotten van Ismaël met Izak

Nieuwe
website
online!



Pesten

Joanne helpt haar dochter
het pesten te stoppen

Christine is tien jaar en zit niet lekker in haar vel. Sinds er nieuwe kinderen in haar groep zitten en haar beste vriendinnetje verhuisd is, is de sfeer op school erg veranderd. Christine spreekt niet meer na schooltijd af. Hoewel ze zich thuis verveelt, krijgt haar moeder Joanne haar maar met moeite naar school. Joanne: "Ik maakte me zorgen om mijn dochter. Van een vrolijk kind was ze ineens stil en zwijgzaam. Toen ik hoorde dat Christine gepest werd op school, raakte dat mij diep."

Christine: "Ik wilde eigenlijk niet vertellen van het pesten. Ik schaamde mij en wilde niet dat mijn moeder zich zorgen om mij ging maken en met de meester en andere kinderen zou gaan praten."

"Het is begonnen op een warme dag aan het begin van het schooljaar tijdens gymnastiek. Een jongen uit de klas vond dat ik stonk en begon te roepen: "besmet"! Andere kinderen gingen lachen en namen het over. Ze wilden ook

>>

Christelijke hulpverlening met Perspectief

>>

geen spullen meer van mij aanpakken, omdat ik besmet was. En zo gauw als ik langs liep of wat wilde zeggen, zei er wel iemand: "besmet". Ik voelde me steeds kleiner worden en wilde tegen Kerst eigenlijk helemaal niet meer naar school."

Teveel beschermen

Bij moeder Joanne komen verdriet en herkenning uit haar eigen jeugd naar boven als zij het verhaal van Christine hoort. Als de dag van gisteren weet ze nog hoe akelig ze zich op de middelbare school waar ze gepest werd, gevoeld heeft. Ze heeft haar kinderen willen beschermen voor dit verdriet. Juist door te willen beschermen, heeft ze het zelfvertrouwen van haar dochter ondermijnd. Een kind dat teveel beschermd wordt, krijgt het gevoel iets zelf niet te kunnen. Om haar dochter beter te kunnen helpen, zoekt moeder hulp bij het Diaconaal Maatschappelijk Werk (DMW) van Stichting Schuilplaats.

Met de hulpverlener heeft zij vijf gesprekken. "Samen hebben we een plan bedacht om de situatie van Christine te verbeteren. Daarnaast is het mij gelukt om zaken uit

mijn eigen verleden waarmee ik Christine niet wil en mag belasten, een plek te geven. Ik wil Christine het vertrouwen geven dat zij zelf in staat is om zich staande te houden in verschillende groepen. De hulpverlener heeft het zo mooi uitgelegd: je kan een kind niet leren zwemmen door het op je rug te binden. Het moet uiteindelijk zelf de slag te pakken krijgen. Wel kun je aan de zijlijn heel veel doen."

Opschrijven

"In het eerste gesprek heb ik mijn verhaal en dat van Christine verteld. Ik kreeg het advies om op te schrijven hoe het is ontstaan en hoe het is verlopen. De hulpverlener vroeg mij of Christine naast de pesters nog vrienden in de groep heeft, en of zij zelf iets ondernomen heeft om het te veranderen. In een gesprek tussen mij en Christine bleek dat zij haarfijn kon vertellen wie de daders waren, wie de volgers en welke kinderen in de groep nog een beetje probeerden haar situatie te verlichten."

Joanne vervolgt: "In een tweede gesprek met de hulpverlener, Christine en mij bleek dat opnieuw. We hebben bedacht of er ook andere groepen, buiten school zijn waar Christine niet gepest wordt. Op viollles heeft Christine helemaal geen problemen in de groep. We zijn gaan bedenken waar dat aan kan liggen. We kwamen tot de conclusie dat Christine heel erg van muziek houdt en dat zij haar liefde voor muziek deelt met de andere leerlingen. Op school kan ze goed leren maar ze is niet sportief en valt buiten de groep bij gymnastiek. We hebben afgesproken dat zowel ik als de hulpverlener via het schooladviesteam, met de leerkracht zou gaan praten.

"Je kan een kind niet leren zwemmen door het op je rug te binden. Het moet uiteindelijk zelf de slag te pakken krijgen."

Interview hulpverlener:

Pesten beschadigt alle betrokkenen



Schuilplaats hulpverlener Susan Snoei: "Pesten is iets van alle tijden en kan op allerlei plekken voorkomen: op je werk, in de buurt, je sportclub, op school en binnen de familie. Bij pesten is er sprake van een slachtoffer en dader(s). Het gedrag van de dader is (be)dreigend. Het slachtoffer wordt beschadigt en kan zich vaak niet verweren."

"Uit onderzoek blijkt dat pesten ontstaat in een groep met een leider en een aantal volgers. Als er iemand in de groep een beetje anders is dan de anderen, kan dat aanleiding zijn voor de leider om te gaan pesten.

Dat anders zijn hoeft niet eens een negatief kenmerk te zijn."

Plagen & pesten

Susan vervolgt: "Je hebt plagen en pesten. Plagen gebeurt tussen mensen die gelijkwaardig zijn. Beide partijen kunnen erom lachen. Als één van beiden het plagen niet meer leuk vindt, dan wordt plagen pesten. Pesten is echt heel akelig en moet stoppen. Het is niet alleen akelig voor de gepeste maar ook voor alle anderen in de groep."

"De negatieve gevolgen voor het slachtoffer zijn groot. Als pesten lang duurt, gaat de gepeste twijfelen

We hebben met Christine doorgesproken wat wij zouden gaan vertellen.”

Bijbelverhalen

“In het derde gesprek hebben we samen met de meester afgesproken wat we kunnen doen aan het pesten. De meester is met de groep aan de slag gegaan. Hij is gaan benadrukken dat verschillen tussen kinderen juist leuk zijn. Dat ieder zijn eigen kwaliteit heeft en dat dat juist nodig is in een groep. Net als vingers aan een hand. Je hebt een duim nodig, maar ook vingers en een pink wil je met je hand iets goed kunnen vastpakken. De meester heeft verhalen uit de bijbel gebruikt om te laten zien wat zorgzaamheid, respect en gelijkwaardigheid betekenen. Hij heeft groepjes in de klas anders ingedeeld en is gaan praten met de ouders en de pester/leider in de klas. Deze jongen is hij gaan aanspreken op zijn verantwoordelijkheid voor een positieve sfeer in de groep. Christine is de sociale vaardigheidstraining Rots & Water gaan volgen. Ze is nu in staat om met een grapje te reageren als zij met gymnastiek niet goed mee kan komen. Zo krijgt zij zelf de lachers op haar hand.”

Sandwich

Joanne: “In een vierde gesprek heb ik met de hulpverlener bekeken wat mijn houding kan bijdragen aan Christine’s zelfvertrouwen. Ik heb geleerd dat door haar meer vrijheid te geven en niet te beschermend te zijn, ze meer zelfvertrouwen krijgt. Als ik kritiek op haar heb dan geef ik haar eerst een compliment, zeg daarna wat misschien anders zou moeten en geef haar daarna weer een compliment. De hulpverlener noemt dat de sandwich methode. Deze methode werkt heel goed bij Christine. Het gekke is dat ik daardoor ook zelf meer vertrouwen heb gekregen in haar en in mijzelf als opvoeder en ondersteuner. In het laatste gesprek hebben we met elkaar gekeken of het plan gewerkt heeft. En wat er nodig is om het pesten niet meer terug te laten keren.”

** Vanwege de privacy van de geïnterviewden zijn hun namen en enkele gegevens aangepast.*

aan zichzelf en kan faalangstig worden. Iemand die gepest is zal andere mensen eerder met achterdocht tegemoet treden, waardoor vriendschappen moeilijker ontstaan en groeien. Veel gepeste mensen worden eenzaam, angstig en krijgen psychische problemen.”

Negatieve sfeer positief maken

“De pester heeft ook problemen in de omgang met anderen en een verhoogde kans om in de criminaliteit te belanden. Bij de meelopers en helpers roept pesten negatieve gevoelens op. Het is aan de verantwoordelijke over een groep om de

sfeer om te buigen.”

“Oog voor ieders bijdrage, elkaar ondersteunen en complimenten geven zorgt voor een fijne leef- en werkomgeving. Een omgeving waarin mensen zichzelf kunnen zijn om van daaruit hun talenten te ontwikkelen. In zo’n leef- en werkomgeving is pesten bijna onmogelijk. Wanneer we elkaar met wederzijds respect behandelen, kunnen we pesten niet accepteren. De Heere Jezus heeft niet voor niets gezegd ‘Je naaste lief te hebben als jezelf’. Door de zondeval lukt dat misschien niet altijd maar we moeten het wel proberen,” aldus Susan.

Tips en adviezen

Iedereen

- Laat merken dat je een ander ziet, dat hij er toe doet. Dat kan alleen al door iemand op te merken en hem te groeten of door iemand bij zijn naam te noemen.
- Probeer te gaan zien dat verschillen tussen mensen juist leuk zijn.
- Onderneem actie wanneer iemand gepest wordt.

Ouders van gepeste kinderen

- Maak duidelijk onderscheid tussen plagen, pesten of ruzie.
- Vraag om concrete voorbeelden.
- Vraag wat uw kind gedaan heeft om het probleem aan te pakken.
- Vraag aan uw kind wat er goed gaat binnen deze groep.
- Vertel uw kind waarom u blij met hem of haar bent.
- Onderzoek met uw kind of er andere groepen zijn waar uw kind niet wordt gepest en hoe dit komt.
- Wees er zo vroeg mogelijk bij om pesten te stoppen.
- Maak melding van het pesten aan de leiding van de groep waarin het voor komt.
- Geeft alleen tips die een kind kan uitvoeren en ook mag uitvoeren.

Ouders van pestende kinderen

- Ga met uw kind in gesprek. Probeer erachter te komen waarom uw kind pest. Wees daarin nieuwsgierig naar zijn motieven en maak geen verwijten.
- Ga na of uw kind echte vrienden heeft of alleen volgelingen.
- Vertel dat pesten nooit mag.
- Bespreek hoe uw kind zich op een andere manier kan gedragen.
- Maak complimenten als dat lukt.
- Laat uw kind merken dat u van hem of haar houdt.
- Geef als ouders het goede voorbeeld.

Gepeste kinderen

- Weet dat je waardevol bent in de ogen van de Heere God. Je doet er toe.
- Vertel tegen je ouders, de groepsleerkracht of iemand die je vertrouwt, dat je gepest wordt. Niemand heeft het recht jou te pesten.
- Weet dat er machtige wapens tegen pesten zijn: sociale vaardigheid, weerbaarheid en humor.
- Probeer vriendschappen op te bouwen. Dit versterkt je positie binnen de groep.
- Probeer te leren hoe je om kunt gaan met pestgedrag.

Pestende kinderen

- Weet dat je waardevol bent in de ogen van de Heere God. Je doet er toe.
- Realiseer je dat de sfeer in een pestvrije omgeving veel prettiger is.
- Probeer je in te leven in de situatie/gevoelens van een ander.
- Beslis gewoon voor jezelf: Ik stop vandaag met pesten.
- Laat merken dat je de ander ziet. Zeg gewoon: “Hallo”.
- Leer gedrag aan waarbij je een ander helpt.



Het spotten van Ismaël met Izak

‘En Sara zag den zoon van Hagar, de Egyptische, die zij Abraham gebaard had, spottende’. (Gen. 21:9)

Uitlachen

Moederogen zien heel scherp, dat blijkt wel uit de woorden van onze tekst. Sara zag, dat Ismaël met Izak spotte. Het woordje ‘spotten’ kunnen wij hier ook vertalen met ‘lachen’. De naam Izak betekent: ‘hij lacht’. Abraham lachte in geloof toen God Zelf de geboorte van Izak aan hem bekend maakte. Sara lachte ook, toen zij het hoorde, maar dat was de lach van het ongelof. En nu lacht Ismaël en dat is de lach van de spot. Eigenlijk lachte Ismaël Izak uit. In het lachen van Ismaël zat verzet en vijandschap. Zou dat kleine mannetje van drie jaar oud hem van zijn plaats verdringen? Dat nooit! Daarom lachte hij. Zo heeft Ismaël de kleine Izak uitgelachen. Het was ten diepste niets anders dan vijandschap tegen God. Het was een verzet tegen de vervulling van Gods belofte.

Pestgedrag

Nu heeft dat alles een geestelijke betekenis, maar wij kunnen er wel uit leren, dat het goed is om aandacht te geven aan het pestgedrag. Dat heeft Sara heel duidelijk gezien. Het ging om haar kind en ze had Izak lief met de liefde van haar hart. En de liefde ziet heel scherp. Zo is het noodzakelijk dat wij het pestgedrag heel duidelijk zien en ook maatregelen nemen. Dat heeft Sara ook gedaan. Ismaël kon niet langer in de tent blijven.

Kerk en wereld

Het gaat hier over twee beginselen, die elkaar

niet kunnen verdragen. Izak en Ismaël konden niet samen. Die twee verdroegen elkaar niet. Er moet een grens zijn tussen kerk en wereld. Als de wereld ook onder onze kerkelijke jongeren meer en meer de overhand krijgt dan zullen jongeren, die nog wel naar Gods Woord willen leven het steeds moeilijker krijgen. Ook dat is één van de oorzaken van pestgedrag. Wat de één thuis wel mag, dat mag de ander niet en dat geeft altijd spanningen tussen de kinderen onderling. Dan staan ook op onze reformatorische scholen leerlingen soms alleen. En nemen wij het dan op voor die leerlingen? Of laten wij die leerlingen en daarmee ook hun ouders in de kou staan?

Vriend of vijand?

Pestgedrag is er altijd geweest. Er was al een groot onderscheid tussen Kain en Abel. Daar begon het eigenlijk al. De zonde heeft scheidende gemaakt niet alleen tussen God en tussen onze ziel, maar ook tussen ons en onze naasten. Wij zijn vijanden van God en onze naasten geworden. Alleen Christus kan die vijandschap verzoenen. Door Zijn volbracht borgwerk toe te passen door de bediening van Zijn Geest kunnen vijanden vrienden worden. Wat zijn wij? Een vijand of een vriend?

*B. Reinders,
Predikant te Staphorst*

Schuilplaats partner Centra voor Jeugd en Gezin (CJG)

Het Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG) is een herkenbaar inlooppunt in de buurt, waar ouders, jongeren en professionals terecht kunnen met hun vragen over gezondheid, opgroeien en opvoeden. De centra bieden advies en hulp op maat, op één plek, vanuit één loket. Het CJG bundelt het aanbod van ondersteuning, bijvoorbeeld van de consultatiebureaus, het maatschappelijk werk en Bureaus Jeugdzorg.

Hulpverleners van Stichting Schuilplaats participeren bij drie Centra voor Jeugd en Gezin. De wijze waarop het CJG gestalte krijgt verschilt per gemeente. Lees meer over de CJG's op www.cjg.nl

Nieuwe website

Stichting Schuilplaats heeft een nieuwe website. We zijn zeer blij met het resultaat en hopen u hiermee nog beter van dienst te kunnen zijn. De website is te bezoeken op: www.stichtingschuilplaats.nl



Colofon

29e jaargang, september 2013, nr. 3
Schuilplaats Perspectief is een uitgave van Stichting Schuilplaats en wordt toegezonden aan donateurs, kerkenraden, maatschappelijke en politieke organisaties en instellingen in de gezondheidszorg.

Redactie

Mevr. E.D. van de Lagemaat
Mevr. H.M. van Dommelen
Dhr. P.J. Versloot

Aan dit nummer werkten verder mee:

Ds. B. Reinders
Mevr. S.M. Snoei

Fotografie

Foto's iStock / Dreamstime

Stichting Schuilplaats is een landelijke, interkerkelijke hulpverleningsorganisatie. De Stichting begeleidt mensen die vastgelopen zijn en wil hen weer op weg helpen om nieuw perspectief te zien. De overtuiging dat de Heere God betrokken is op alle mensen vormt onze belangrijkste drijfveer om ons in te zetten voor de mensen die hulp bij ons vragen. We zetten onze vakkennis en deskundigheid in om onze cliënten te begeleiden in hun psychosociale problemen.

Het maatschappelijk werk houdt op werkdagen telefonisch spreekuur van 8.30 tot 10.00 uur.

Nalaten

Om Schuilplaats in uw wilsbeschikking op te nemen, dient u de volgende zin te vermelden: "Ik legateer aan Stichting Schuilplaats te Veenendaal een bedrag van € ... om te worden afgegeven zonder kosten, drie maanden na mijn overlijden."

Postbus 7, 3900 AA Veenendaal
T (0318) 54 78 70
F (0318) 55 34 77
E info@stichtingschuilplaats.nl
I www.stichtingschuilplaats.nl



IBAN NL18 INGB 0001 3414 00

Bestuur

Dhr. Drs. W.J. van Duijn (voorzitter),
Katwijk; Dhr. Drs. A. Terlouw
(penningmeester), Gouda; Dhr. R. Geluk,
Ermelo; Dhr. H. de Vries (secretaris), Apeldoorn;
Mevr. W.S. van Wetten
(algemeen adjunct), Nieuw-Beijerland